



1. SPORTident Winter-Stundenlaufserie mit Musik (2. Lauf)

Arnstadt / 21.02.2024

□□□□

Arndt Vincent Hartig

□□: HSG IIm-Kreis

□□: 43

□□: 0.35 km/□□

Stundenlauf

□□□□:

Senioren M30 (30-34)

□□□: 58:42

□□: 11.81 km/h

□□□□: 5:04 min/km

□: 33 (11.55 km)

□□□□□/□: 20 (of 39)

□□□□□: 1(of 1)

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	0.35	2:01	5:45	1	-	35	0:52	0.35	2:01	5:45	1	-	35	0:52
□□ 2	0.35	1:29	4:14	1	-	6	0:16	0.70	3:30	5:00	1	-	25	1:08
□□ 3	0.35	1:30	4:17	1	-	7	0:13	1.05	5:00	4:45	1	-	17	1:21
□□ 4	0.35	1:33	4:25	1	-	7	0:17	1.40	6:33	4:40	1	-	16	1:38
□□ 5	0.35	1:37	4:37	1	-	13	0:18	1.75	8:10	4:39	1	-	17	1:56
□□ 6	0.35	1:40	4:45	1	-	14	0:20	2.10	9:50	4:40	1	-	16	2:16
□□ 7	0.35	1:42	4:51	1	-	19	0:22	2.45	11:32	4:42	1	-	16	2:38
□□ 8	0.35	1:41	4:48	1	-	17	0:20	2.80	13:13	4:43	1	-	16	2:58
□□ 9	0.35	1:43	4:54	1	-	19	0:21	3.15	14:56	4:44	1	-	16	3:19
□□ 10	0.35	1:43	4:54	1	-	18	0:21	3.50	16:39	4:45	1	-	16	3:40
□□ 11	0.35	1:44	4:57	1	-	18	0:22	3.85	18:23	4:46	1	-	16	4:02
□□ 12	0.35	1:44	4:57	1	-	19	0:20	4.20	20:07	4:47	1	-	16	4:22
□□ 13	0.35	1:45	5:00	1	-	19	0:23	4.55	21:52	4:48	1	-	16	4:45
□□ 14	0.35	1:48	5:08	1	-	21	0:24	4.90	23:40	4:49	1	-	16	5:09
□□ 15	0.35	1:43	4:54	1	-	14	0:21	5.25	25:23	4:50	1	-	16	5:30
□□ 16	0.35	1:46	5:02	1	-	19	0:22	5.60	27:09	4:50	1	-	16	5:52
□□ 17	0.35	1:49	5:11	1	-	22	0:26	5.95	28:58	4:52	1	-	18	6:18
□□ 18	0.35	1:50	5:14	1	-	23	0:26	6.30	30:48	4:53	1	-	18	6:44
□□ 19	0.35	1:46	5:02	1	-	18	0:22	6.65	32:34	4:53	1	-	18	7:06
□□ 20	0.35	1:53	5:22	1	-	25	0:29	7.00	34:27	4:55	1	-	18	7:35
□□ 21	0.35	1:51	5:17	1	-	23	0:28	7.35	36:18	4:56	1	-	18	8:03
□□ 22	0.35	1:52	5:20	1	-	26	0:28	7.70	38:10	4:57	1	-	18	8:31
□□ 23	0.35	1:54	5:25	1	-	27	0:31	8.05	40:04	4:58	1	-	18	9:02
□□ 24	0.35	1:53	5:22	1	-	24	0:30	8.40	41:57	4:59	1	-	19	9:32
□□ 25	0.35	1:53	5:22	1	-	24	0:30	8.75	43:50	5:00	1	-	19	10:02
□□ 26	0.35	1:54	5:25	1	-	25	0:31	9.10	45:44	5:01	1	-	19	10:33
□□ 27	0.35	1:55	5:28	1	-	29	0:32	9.45	47:39	5:02	1	-	19	11:05
□□ 28	0.35	1:54	5:25	1	-	26	0:30	9.80	49:33	5:03	1	-	19	11:35
□□ 29	0.35	1:53	5:22	1	-	27	0:30	10.15	51:26	5:04	1	-	19	12:05
□□ 30	0.35	1:53	5:22	1	-	28	0:29	10.50	53:19	5:04	1	-	19	12:34



1. SPORTident Winter-Stundenlaufserie mit Musik (2. Lauf)

Arnstadt / 21.02.2024

0000

0000

000

000	00	00	00	00	00	00	00	000	000	000	00	00	00	00
	km	00	min/km	-	-	0	0	km	00	min/km	-	-	0	0
00 31	0.35	1:54	5:25	1	-	31	0:29	10.85	55:13	5:05	1	-	20	13:03
00 32	0.35	1:49	5:11	1	-	26	0:25	11.20	57:02	5:05	1	-	20	13:28
00 33	0.35	1:40	4:45	1	-	8	0:16	11.55	58:42	5:04	1	-	19	13:44